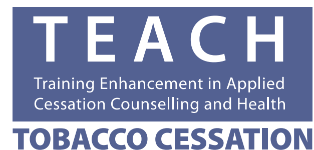
Arrêt du tabac : Revue des ressources francophones

Tobacco Cessation: Review of French-Language Resources





PROJET TEACH, Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)
Peter Selby, MBBS, CCMF, M.Sc., FASAM : Directeur exécutif
Marilyn Herie, Ph.D., TSI : Directrice
Rosa Dragonetti, M.Sc. : Gérante
Karina Czyzewski, M.A. : Coordonnatrice de projets autochtones et francophones

Rédaction
Jean-François Crépault, mai 2008
Karina Czyzewski, 2012

Conception graphique
Anja Kessler, CAMH
Annie McFarlane, CAMH

Remerciements
Consultation et révision :
Evelyne Barthès-McDonald, CAMH
Antoine Dérose, CAMH
Dr Marilyn Herie, Projet TEACH, CAMH
Claude Isofa Nkanga Bokembya, Centre francophone de Toronto
Susan Lalonde-Rankin, CAMH
Dr Bernard Le Foll, CAMH
Anne Meloche, Consultante en cessation tabagique

Consultation (ressources internationales) :
Georges Batala-Mpondo, Association congolaise pour la santé publique et communautaire (ACSPC)
Marie-Dominique Charier, Réseau francophone international pour la promotion de la santé (RÉFIPS)
Louis Gauvin, Coalition québécoise pour le contrôle du tabac (CQCT)
Steeve Laguerre, SEROvie
Thomas Léro Tchassao, Initiative de mobilisation panafricaine de contrôle de tabac (IMPACT)
Hélène Valentini, Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), RÉFIPS

Pour nous joindre : teach@camh.net ;
https://www.nicotinedependenceclinic.com/Francais/teach/Pages/Home.aspx

3829 / 02-2012

SOMMAIRE EXÉCUTIF

Ce document se veut une revue complète des ressources écrites disponibles aux Franco-Ontariens qui souhaitent arrêter de fumer et aux professionnels de la santé qui les desservent. Plus de quatre-vingt sites Web, documents électroniques, brochures et livres francophones y sont répertoriés. Un cédérom contenant ces ressources accompagne ce document.

EXECUTIVE SUMMARY

This document is intended to serve as a comprehensive list of print resources available to Franco-Ontarian tobacco users wishing to quit and to the health care professionals who serve them. More than 80 French-language websites, electronic documents, brochures, and books are listed. A CD-ROM containing these resources accompanies this document.

TABLE DES MATIÈRES

1.0 INTRODUCTION

Cette revue, entreprise dans le cadre du Projet TEACH pour les Francophones* (une initiative du Centre de toxicomanie et de santé mentale [CAMH]), catalogue les ressources francophones d'arrêt du tabac disponibles aux fumeurs et aux professionnels de la santé en Ontario. Son but est de faciliter l'accès à un éventail de ressources et programmes en matière de cessation aux Franco-Ontariens. Cette revue permettra aussi d'évaluer ces ressources afin de déterminer si elles sont utiles et appropriées pour les diverses communautés ethnoculturelles francophones de l'Ontario.

Ce qui est inclus

La revue se limite aux ressources écrites : sites Web, documents en ligne et texte imprimé. Ces ressources sont classées en trois catégories : articles de fond, ressources pour les professionnels de la santé, et ressources pour les fumeurs et autres usagers du tabac.

Ce qui n'est pas inclus

Cette revue se limite aux ressources sur l'arrêt tabagique ; la documentation sur la prévention, la protection, les politiques de contrôle du tabac, etc. n'est pas incluse. Puisque la revue se concentre sur les ressources écrites, les lignes téléphoniques d'assistance et les programmes communautaires n'y figurent pas. (Pour ce genre de ressources, voir la revue de Claude Isofa Nkanga Bokembya, incluse dans le cédérom qui accompagne ce document.) Il faut noter que ce document n'évalue pas la qualité ni l'utilité des ressources ; elle ne fait que les répertorier.

Méthodologie

Les recherches ont pris comme point de départ la revue de ressources de Claude Isofa Nkanga Bokembya mentionnée ci-haut et se sont poursuivies principalement sur Internet. Les ressources conformant aux critères du projet ont été classées par catégories. Pour chaque ressource, les informations essentielles sont notées : auteur(e)(s), date de publication, format, ISBN, public cible, langue d'origine, pays / région d'origine, coût approximatif et disponibilité. (À noter : « public cible » fait référence à l'utilisateur final visé par la ressource et non à l'intermédiaire. Pour rechercher des ressources selon le public cible, voir l'index à la dernière page.) Là où c'était possible, une brève description de la ressource est aussi donnée. Pour la plupart, cette description vient du texte même. Ces commentaires ne constituent donc pas nécessairement une approbation de la ressource.

Survol

Les ressources dans cette revue datent de 1997 à 2012 ; la plupart ont été élaborées entre 2003 et 2007. Près de la moitié sont des traductions de l'anglais. La grande majorité de ces ressources anglophones proviennent du Canada, bien que quelques-unes aient été élaborées aux États-Unis. Les ressources élaborées en français proviennent principalement du Canada (surtout du Québec) et de France ; quelques ressources franco-ontariennes, suisses et belges ont été trouvées. Des tentatives de repérer des ressources élaborées dans les pays francophones d'Afrique et des Antilles n'ont pas porté fruit; d'après nos recherches, il semble que les campagnes anti-tabac de ces pays se serviraient le plus souvent de ressources provenant d'ailleurs. Nous continuons nos recherches de ce côté.

En résumé, cette revue confirme que les francophones de l'Ontario disposent d'un moins grand nombre de ressources que leurs homologues anglophones, peu de ressources canadiennes francophones, encore moins de ressources conçues pour les Franco-Ontariens et presque pas de ressources qui ciblent les minorités ethnoculturelles. Il y a donc beaucoup de travail à faire dans ce domaine. Entre-temps, cette revue peut éclairer les outils qui sont disponibles aux fumeurs et aux professionnels de la santé francophones de l'Ontario.

---

* Ce projet, soutenu financièrement par Santé Canada, est une adaptation francophone du Projet TEACH (Training Enhancement in Applied Cessation Counselling and Health) de CAMH. www.teachproject.ca

2.0 ARTICLES DE FOND

2.1 Le tabagisme

Titre : Le tabac à l'aube du 21e siècle

Auteur(e)(s) : Mohamed Ben Amar et Nancy Légaré

Date de publication : 2006

Format : Livre, 192 pages

ISBN : 0-9780797-2-8

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Environ 20 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Commentaires : L'ensemble des dimensions du tabac y sont abordées: l'histoire, les lois, les mécanismes d'action, les risques associés, les dépendances physique et psychologique, le sevrage, les interactions pharmacologiques, les traitements disponibles, les taux de réussite des différentes thérapies, etc.

Titre : Le tabagisme : de l'initiation au sevrage

Auteur(e)(s) : Lydia Fernandez et François Letourmy

Date de publication : 2007

Format : Livre

ISBN : 9782200345518

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 20 $.

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Tabac : comprendre la dépendance pour agir

Auteur(e)(s) : Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale)

Date de publication : 2003

Format : Document en ligne, 488 pages

ISBN : 2855988292

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : « Mieux connaître les mécanismes de la dépendance afin de définir les actions à mener pour l'aide à l'arrêt et promouvoir une prévention précoce auprès des adolescents, population la plus sensible à l'installation de la dépendance. »

http://www.inserm.fr/fr/questionsdesante/mediatheque/ouvrages/expertisecollectivetabac.html

Titre : Dépendance et tabagisme

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : Novembre 2007

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Langue originale : Anglais (« Addiction »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Offre de l'information sur les niveaux de dépendance à la nicotine et les symptômes de sevrage.

http://www.inserm.fr/fr/questionsdesante/mediatheque/ouvrages/expertisecollectivetabac.html

---

Titre : Dépendance et tabagisme

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : Novembre 2007

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Langue originale : Anglais (« Addiction »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Offre de l'information sur les niveaux de dépendance à la nicotine et les symptômes de sevrage.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/tobac-tabac/body-corps/addiction-dependance_f.html

---

Titre : La stratégie nationale : Aller vers l'avant (Rapport d'étape 2006 sur la lutte contre le tabagisme)

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : 2006

Format : Document PDF, 24 pages

ISBN : 0-662-49540-3

Langue originale : Anglais (« The National Strategy: Moving Forward – The 2006 Progress Report on Tobacco Control »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Décrit les activités menées au Canada dans le domaine de la lutte contre le tabagisme.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/prtc-relct-2006/index_f.html

---

Titre : Effets généraux du tabagisme sur la santé – connaissances importantes pour la pratique de la médécine dentaire

Auteur(e)(s) : Matthias Krüll, Michael Bornstein, Ulrich Saxer, Clemens Walter, Christoph Ramseier

Date* de *publication : 2008

Format : Document en ligne, 7 pages (chacun)

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

www.at-suisse.ch/fileadmin/Daten/zaz/Kruell_et_al_Maladies_pulmonaires_F.pdf

www.at-suisse.ch/fileadmin/Daten/zaz/Kruell_et_al_Maladies_Cardiovasculaires_F.pdf

Commentaires : Document en deux parties. La première vise à décrire les maladies pulmonaires et autres affections malignes. La deuxième partie vise à décrire les maladies cardiovasculaires et questions relatives à la politique de santé publique.

Titre : Prévention du tabagisme : jusqu'où pouvons-nous aller?

Auteur(e)(s) : Jacques Cornuz, Patrick Bodenmann (Revue Médicale Suisse)

Date de publication : 2009

Format : Document en ligne, 2 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://rms.medhyg.ch/numero-210-page-1451.htm

Commentaires : « Au moment où les épidémiologistes affirment que le cancer du poumon sera le « cancer du pauvre » et que l'OMS propose d'inscrire ces médicaments dans la liste très sélective des Essentials Medicines, il est temps que notre politique de santé favorise l'arrêt du tabac chez les fumeurs et fumeuses issus des populations vulnérables. »

2.2 Les francophones de l'Ontario et le tabagisme

Titre : Viser juste en milieu francophone : un art et une science

Auteur(e)(s) : Centre de formation et de consultation (CFC), avec la collaboration du Sous-comité francophone du Comité directeur de la Stratégie nationale de lutte contre le tabagisme

Date de publication : 1997

Format : Document PDF, 92 pages

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : Sur le cédérom qui accompagne la revue.

Commentaires : Souligne les éléments essentiels à une action de marketing social efficace en matière de tabagisme.

Titre : Pourquoi les francophones fument-ils plus que les anglophones ? Comment réagir?

Auteur(e)(s) : Info-Tabac

Date de publication : Mai 2000

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.info-tabac.ca/bull32/pourquoi.html

Commentaires : Résume les conclusions du rapport « Le tabagisme chez les francophones du Canada. »

Titre : Deuxième Rapport sur la santé des francophones de l'Ontario

Auteur(e)(s) : Programme de recherche, d'éducation et de développement en santé publique (REDSP) et l'Institut franco-ontarien de l'Université Laurentienne, sous la direction de Louise Picard et Gratien Allaire.

Date de publication : Décembre 2005

Format : Document PDF, 144 pages

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://ifo.laurentienne.ca/

Commentaires : Ce rapport trace le profil de l'état de santé des Franco-Ontariens et des comportements affectant leur santé, y compris une section sur le tabagisme.

Titre : Le tabagisme chez les francophones du Canada : Les leçons à retenir de la Stratégie de lutte contre le tabagisme, 1994-1997

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : 1997

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.
http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/ftuc-tcfc/index_f.html

Commentaires : Brosse un portrait de la situation tabagique francophone au Canada.

2.3 Perspectives sur le traitement

Titre : Actes du colloque « Fumeur : Mode d'emploi »

Auteur(e)(s) : Conseil québécois sur le tabac et la santé (CQTS) et la Société canadienne du Cancer ; financé par Novartis, le Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec et Santé Canada

Date de publication : Juin 2000

Format : Brochure / Document PDF, 63 pages.

ISBN : 2-9806459-1-5

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne. http://www.cqts.qc.ca/colloques.html. **Copie papier,** (514) 948-4582 (télécopieur) ou colloque@cqts.qc.ca.

Commentaires : Le document rend compte des propos tenus au colloque « Fumeur : mode d'emploi » (21 septembre 1999) qui portait sur le thème de la cessation du tabagisme, et plus spécifiquement visait à: 1) comprendre le modèle comportemental des Stades du changement et favoriser son intégration à la pratique ; 2) faire le point sur des nouvelles approches et des initiatives novatrices en cessation du tabagisme ; et 3) participer à l'évaluation des priorités québécoises pour guider le travail des intervenants en santé et pour orienter les interventions futures d'une stratégie commune en cessation du tabagisme.

Titre : Stratégies thérapeutiques d'aide au sevrage tabagique : Efficacité, efficience et prise en charge financière

Auteur(e)(s) : Haute Autorité de santé (HAS), Service évaluation économique et santé publique

Date de publication : Janvier 2007

Format : Document PDF, 122 pages.

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.has-sante.fr/portail/display.jsp?id=c_477515

Commentaires : Cette publication discute de l'efficacité et l'efficience de l'ensemble des thérapeutiques disponibles dans l'aide au sevrage tabagique et la stratégie thérapeutique recommandée ; l'impact attendu du remboursement de ces traitements sur l'accès au sevrage et les résultats de celui-ci, notamment dans les populations les plus à risque ; et la thérapeutique à privilégier et les populations à cibler en priorité dans le cas où une prise en charge serait envisagée.

Titre : Les thérapies comportementales et cognitives dans l'aide à l'arrêt du tabac : Revue de la littérature et mise au point

Auteur(e)(s) : Bernard Le Foll, Henri-Jean Aubin, et Gilbert Lagrue.

Date de publication : Mai 2002

Format : Article paru dans les Annales de Médecine Interne volume 153, numéro 3

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.masson.fr/masson/portal/bookmark?Global=1&Page=18&MenuIdSelected=106&MenuItemSelected=0&MenuSupportSelected=0&CodeProduct4=215&CodeRevue4=AMI&Path=REVUE/AMI/2002/153/SUP3/ARTICLE1110822742.xml&Locations

Titre : Les interventions efficaces pour renoncer au tabac

Auteur(e)(s) : Michèle Tremblay et Mohamed Ben Amar.

Date de publication : Juin 2007

Format : Article paru dans les Drogues, santé et société volume 6, numéro 1

ISBN : Aucun

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.erudit.org/revue/dss/2007/v6/n1/016949ar.pdf

Titre : **Tabagisme de la personne âgée**

Auteur(e)(s) : J. Roche

Date de publication : 2008

Format : Document en ligne, 6 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Environ 30€ ou avec un abonnement aux bibliothèques scientifiques.

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : « La fréquence du tabagisme diminue progressivement en France. Mais, du fait du vieillissement de la population, le nombre de fumeurs âgés augmente. L'arrêt du tabac a un effet immédiat et à long terme même à un âge avancé. Les fumeurs qui arrêtent à 65 ans vont regagner deux ans d'espérance de vie en moyenne.

Titre : **Le tabagisme gravidique. Étude descriptive et facteurs pronostiques d'arrêt du tabac pendant la grossesse.**

Auteur(e)(s) : E. Houdebine, C. Guillaumin, A. Rouquette, C. Dagorne, S. Madzou, A. Fournie, T. Urban, S. Fanello

Date de publication : 2008

Format : Document en ligne, 6 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Environ 30€ ou avec un abonnement aux bibliothèques scientifiques.

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : « Les effets de l'exposition au tabac sur le fœtus et la mère sont aujourd'hui bien connus, mais les études françaises sur les comportements tabagiques manquent. L'identification de facteurs pronostiques de l'arrêt du tabagisme gravidique est primordiale dans la prise en charge des femmes fumeuses, afin de cibler les interventions d'aide à l'arrêt. »

Titre : **Prévention et sevrage tabagique au cabinet dentaire**

Auteur(e)(s) : Christoph Ramseier, Michael Bornstein, Ulrich Saxer, Karl Klinger, Clemens Walter

Date de publication : 2007

Format : Document, 12 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : « La présente quatrième partie d'une série de publications de la Task force du projet «Tabagisme – Engagement du cabinet dentaire» sur le thème «Tabagisme et médecine dentaire» est consacrée à l'intégration de la prévention et du sevrage tabagique au cabinet dentaire. Le sevrage tabagique, parallèlement au contrôle optimal de la plaque dentaire, est devenu l'une des mesures les plus importantes pour le traitement des maladies parodontales. Pour favoriser le sevrage tabagique, l'intervention brève sous forme d'un entretien motivationnel («Brief Motivational Interviewing », BMI) semble être l'approche la plus appropriée au cabinet dentaire. »

www.at-suisse.ch/fileadmin/Daten/zaz/Ramseier_et_al_Sevrage_F.pdf

Titre : Les échecs du sevrage tabagique : analyser les facteurs d'échec et prévenir les rechutes

Auteur(e)(s) : François Lebargy

Date de publication : 2009

Format : Document en ligne, 5 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Environ 30€ ou avec un abonnement à La revue du praticien médecine générale

Disponibilité : En ligne.

www.nrc-cnrc.gc.ca

Commentaires : « Plusieurs facteurs prédictifs de rechute ont été caractérisés à partir de cohortes de sujets ayant fait une tentative d'arrêt : le sexe féminin, une dépendance forte au test de Fagerström, une tendance anxieuse ou dépressive associée, une consommation excessive d'alcool ou une consommation de drogues illicites. Au stade du sevrage, il s'agit avant tout d'un syndrome de manque, d'un syndrome anxio-dépressif se démasquant à cette occasion, ou d'une prise de poids. Il est fondamental d'anticiper la rechute dès la première consultation en renforçant la motivation, en traitant le syndrome de sevrage, en recherchant et traitant un syndrome dépressif, en proposant des conseils diététiques afin de prévenir la prise de poids. La prévention des rechutes s'appuie sur des thérapies comportementales (stratégies de contournement ou d'opposition) et cognitives (apprendre à identifier le discours intérieur associé aux évènements de la vie quotidienne). » L'auteur rappelle que la rechute ne doit pas être considérée comme un échec mais plutôt comme une étape vers l'arrêt définitif.

Titre : Modalités de mise en œuvre des différentes techniques efficaces d'aide à l'arrêt du tabac - Auprès d'une femme ou d'un couple qui fume lors de la déclaration de grossesse, auprès d'une femme enceinte ou d'un couple fumeur en consultations prénatales et en hospitalisation

Auteur(e)(s) : M. Adler, E. Dautzenberg, D. Garelik, P. Nguyen (Journal de Gynécologie Obstétrique et Biologie de la Reproduction)

Date de publication : 2005

Format : Document en ligne, 10 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.em-consulte.com/article/138485/iconosu

3.0 RESSOURCES POUR LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ

3.1 Revues des pratiques exemplaires

Titre : Recommandation de bonne pratique : Les stratégies thérapeutiques médicamenteuses et non-médicamenteuses de l'aide à l'arrêt du tabac

Auteur(e)(s) : Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps)

Date de publication : Mai 2003

Format : Série de trois documents PDF (Principaux messages [9 pages], Argumentaire [70 pages], et Recommandations [39 pages]).

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://afssaps.sante.fr/htm/5/rbp/indrbp.htm

Commentaires : Ces recommandations définissent une stratégie médicale optimale en fonction de l'état actuel des connaissances scientifiques et précisent ce qui est utile ou inutile, voire dangereux, de faire dans une situation clinique donnée. Elles résultent de l'analyse des données actuelles de la science issues de la littérature. Cette analyse a pris en compte les évaluations réalisées pour : 1) délivrer l'autorisation de mise sur le marché des médicaments concernés ; 2) apprécier le service médical rendu ; et 3) élaborer les fiches de transparence.

Titre : La cessation du tabagisme : Intégration dans la pratique quotidienne des soins infirmiers

Auteur(e)(s) : L'Association des infirmières et infirmiers autorisés de l'Ontario (RNAO)

Date de publication : Octobre 2003

Format : Document PDF, 80 pages

ISBN : 0920166415

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (Integrating Smoking Cessation into Daily Nursing Practice)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://rnao.org/Storage/11/597_La_cessation_du_tabagisme.pdf

Commentaires : Cette ligne directrice sur les pratiques exemplaires en soins infirmiers consiste en un document détaillé comportant les ressources nécessaires au soutien de la pratique des soins infirmiers basée sur des données probantes. Le document doit être révisé et appliqué en fonction des besoins particuliers de l'établissement ou de l'endroit où les soins sont prodigués, ainsi que des besoins et des désirs du client.

Titre : Recommandations de bonne pratique : Arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Jeannine Gailly, Société Scientifique de Médecine Générale (SSMG)

Date de publication : Mars 2005

Format : Document PDF, 56 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Belgique

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Ces recommandations de bonne pratique (RBP) sont un outil pour les médecins de famille en vue de l'amélioration de la qualité de sa pratique quotidienne et par là de la qualité des soins apportés aux patients et à la collectivité. Elles sont fondées sur des bases et évidences scientifiques.

http://www.ssmg.be/new/index.php?Page=91

Titre : Le renoncement au tabac et la grossesse : Un examen des pratiques exemplaires de renoncement au tabac conçues pour les filles et les femmes pendant la grossesse et la période postnatale

Auteur(e)(s) : Lorraine Greaves, Renée Cormier, Karen Devries, Joan Bottorff, Joy Johnson, Susan Kirkland et David Aboussafy, avec l'appui du British Columbia Centre of Excellence for Women's Health. Le projet a été financé par Santé Canada.

Date de publication : Avril 2003

Format : Document PDF, 94 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Femmes et filles en périodes prénatale et postnatale

Langue d'origine : Anglais (Expecting to Quit: A Best Practices Review of Smoking Cessation Interventions for Pregnant and Postpartum Girls and Women).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Passe en revue les initiatives de renoncement au tabac afin de déterminer quelles sont les stratégies les plus efficaces qui facilitent l'abandon du tabac tant pendant la grossesse que pendant la période postnatale. Prend en compte les facteurs sociaux et biologiques qui ont une incidence sur l'abandon de la cigarette, notamment une situation socio-économique défavorable, le contexte social, l'appartenance ethnique, l'âge de la mère et la dépendance à l'égard de la nicotine.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/expecting-grossesse/index_f.html

Titre : Counseling en abandon du tabac : Orientations pour la pratique infirmière (pour le bien-être et la santé des populations)

Auteur(e)(s) : John William Kayser et Céline Thibault

Date de publication : 2006

Format : Document en ligne, 66 pages

Public cible : Infirmières, grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Québec

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.inspq.qc.ca/publications/tabac/OIIQ_orientClini-06.pdf

Commentaires: Une ressource très compréhensive qui inclut l'ampleur du phénomène, les effets du tabac sur la santé, la dépendance au tabac, le processus de changement, l'efficacité des interventions auprès des fumeurs, le rôle et les responsabilités de l'infirmière, la documentation, ainsi que plusieurs tableaux, tests et un exemple d'une intervention.

Titre : Intervenir auprès des patients fumeurs

Auteur(e)(s) : Ordre des dentistes du Québec

Date de publication : 2008

Format : Affiche, 1 page

Public cible : Dentistes

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Québec

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.inspq.qc.ca/publications/tabac/ODQ_brochure_tabac_F.pdf

Commentaires: Cible la santé bucco-dentaire et cite plusieurs effets du tabagisme de la perspective d'un(e) dentiste. Liste aussi les symptômes de sevrage, les médicaments possibles, et d'autres ressources au support de ceux et celles qui aimeraient arrêter de fumer. Le document contient aussi des réponses possibles aux questions et arguments difficiles des fumeurs, ainsi qu'un quiz de connaissances.

Titre : Tabagisme en période périopératoire

Auteur(e)(s) : Conférence d'experts sur le tabagisme péri-opératoire

Date de publication : 2005

Format : Document en ligne, 7 pages

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Européen

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.sfar.org/article/151/tabagisme-perioperatoire-ce-2005

Commentaires : « Le tabagisme est responsable d'une augmentation très importante du risque de complications périopératoires, mais il est trop souvent négligé. Une bonne prise en charge du tabagisme doit apporter un bénéfice rapide en terme de diminution des complications générales et du site opératoire en particulier. Cette conférence d'experts a été organisée de façon tripartite par chirurgiens, tabacologues et anesthésistes et est destinée à changer les pratiques courantes en prenant mieux en compte le tabagisme péri-opératoire. »

3.2 Guides pour évaluer les méthodes et programmes

Titre : Liste de vérification de programme : Choisir des programmes de renoncement au tabac pour les jeunes

Auteur(e)(s) : Josie d'Avernas et Katy Wong pour le Centre de formation et de consultation (CFC)

Date de publication : Mai 2004

Format : Document PDF, 6 pages

ISBN : Aucun

Public cible : Adolescents et jeunes adultes

Langue d'origine : Anglais (« Program Checklist: Selecting Smoking Cessation Resources for Youth »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm

Commentaires : Cette liste de vérification de programme utilise l'approche des « meilleures pratiques » afin d'aider les professionnels de la santé à choisir des programmes de renoncement au tabac pour les jeunes qui représentent, selon le jugement collectif des auteures, des éléments importants, découlant de la recherche et de l'expérience. Les conseils qui y sont offerts peuvent vous à décider s'il y a lieu de mettre en oeuvre des activités de renoncement au tabac à l'intention des jeunes et la méthode à utiliser.

Titre : Liste de vérification de programme : Programmes de renoncement au tabac s'adressant aux femmes et aux jeunes filles en période prénatale et postnatale

Auteur(e)(s) : Katy Wong et Josie d'Avernas pour le Centre de formation et de consultation (CFC)

Date de publication : Mai 2004

Format : Document PDF, 10 pages

ISBN : Aucun

Public cible : Femmes et filles en périodes prénatale et postnatale

Langue d'origine : Anglais (« Program Checklist: Smoking Cessation Interventions for Pregnant and Postpartum Girls and Women »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm

Commentaires : Cette liste de vérification de programme utilise l'approche des « meilleures pratiques » afin d'aider les professionnels de la santé à choisir des programmes de renoncement au tabac durant la grossesse. Les renseignements qui y sont offerts peuvent aider à décider s'il y a lieu de mettre en oeuvre des activités de renoncement au tabac à l'intention des femmes enceintes ou qui viennent d'accoucher et la méthode à utiliser.

Titre : La cessation tabagique chez les jeunes : Un guide pour prendre des décisions éclairées

Auteur(e)(s) : Micah H. Milton, Catherine O. Maule, Sue Lin Yee, Cathy Backinger, Ann M. Malarcher, Corinne G. Husten. Élaboré par le Youth Tobacco Cessation Collaborative en partenariat avec Centers for Disease Control and Prevention, American Legacy Foundation, l'Initiative canadienne de recherche pour la lutte contre le tabagisme (ICRTC) et le National Cancer Institute.

Date de publication : 2004

Format : Document PDF, 66 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Adolescents et jeunes adultes

Langue d'origine : Anglais (Youth Tobacco Cessation: A Guide for Making Informed Decisions).

Pays / région d'origine : États-Unis

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Utilise le modèle des meilleures pratiques développé par l'ICRCT pour dégager des lignes directrices pratiques permettant d'identifier quelles questions doivent être prises en compte lorsque vient le temps de décider si et comment on doit créer des programmes de cessation tabagique pour les jeunes.

http://ctcri.ca/fr//index.php?option=com_content&task=view&id=31&Itemid=44
Pour copies dures, contacter l'ICRTC : 416 934-5968 ou info@ctcri.ca.

Titre : Les médecins et l'intervention clinique contre le tabagisme : Guide d'évaluation et de planification

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : 1997

Format : Page Web / Brochure

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Physicians and Clinical Tobacco Intervention: A Guide for Evaluation and Planning »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Ce guide d'évaluation et de planification a été conçu pour être rapide, facile à utiliser, flexible et réutilisable. Il cible les médecins débordés ainsi que les animateurs/trices d'ateliers, les professionnels de la formation, les infirmières, les conseillers et le personnel des bureaux de médecins – à tous ceux qui veulent aider les professionnels de la santé à intervenir efficacement pour aider les patients à arrêter de fumer. Il a été conçu de façon à faire ressortir les points forts et faiblesses de n'importe quel programme. Il repose sur les recherches sur le tabagisme, le renoncement au tabac et les modifications du comportement.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/pcti-micct/index_f.html.
Copie papier, Santé Canada : (613) 954-5995

3.3 Autres ressources pour les professionnels de la santé

Titre : Vers une vie sans fumer : Une ressource pour les personnes qui oeuvrent auprès des femmes

Auteur(e)(s) : Association canadienne de santé publique. Subventionné par Santé Canada.

Date de publication : Mars 2006

Format : Série de six documents PDF ; 310 pages en tout.

ISBN : 1-894324-38-2

Public cible : Femmes

Langue d'origine : Anglais (« Stop Smoking: Cessation Resources for Those Who Work with Women »).

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne. http://acsp.cpha.ca/stopsmoking/french/index_f.html.

Commentaires : Ce manuel est destiné aux professionnels de la santé et autres personnes travaillant avec des femmes qui veulent cesser de fumer. Il comprend trois sections: « À propos des femmes et du tabagisme », « Vers une vie sans fumer : un programme d'abandon du tabac », et « Intervention individualisée axée sur le renoncement au tabac. » À part un guide de l'animatrice d'un programme de groupe axées sur des questions particulières comme les poids santé, l'estime de soi, la planification du jour d'abandon du tabac, les éléments déclencheurs et le soutien, on y trouve aussi une section portant sur une intervention individualisée visant le renoncement au tabac, qui comprend une approche du counseling axée sur les techniques de l'entrevue motivationnelle, le modèle des étapes du changement et l'utilisation du procédé QCAA (questionner, conseiller, aider et arranger). On y trouve aussi un large éventail de documents à distribuer.

Titre : Aider vos patients à cesser de fumer : Un guide de désaccoutumance au tabac à l'intention des pharmaciens

Auteur(e)(s) : Association des pharmaciens du Canada. Subventionné par Habitrol (Novartis).

Date de publication : 1998

Format : Brochure / Document PDF, 18 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Helping Your Patients Quit Smoking: A Smoking Cessation Guide for Pharmacists »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : La brochure vise à aider les pharmaciens qui désirent améliorer les services offerts aux patients fumeurs. Conçue comme un guide pratique pour aider les pharmaciens à mettre en place un service au sein de leur pharmacie, cette brochure est fondée sur un modèle de désaccoutumance au tabac par stades.

http://www.pharmacists.ca/content/hcp/resource_centre/practice_resources/pdf/Quit_Smoking_Pharmacists_Guide_french.pdf.

Titre : La femme enceinte et la désaccoutumance tabagique

Auteur(e)(s) : Marie-France Bouysset

Date de publication : Mai 2002

Format : Livre

ISBN : 9782905580962

Public cible : Femmes enceintes

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 35 $.

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Commentaires : Cet ouvrage s'adresse aux sage-femmes.

Titre : Exposé : Guide pratique

Auteur(e)(s) : Centre de formation et de consultation (CFC)

Date de publication : 2005

Format : Document PDF, 114 pages.

ISBN : 0-9739092-0-X

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Exposé: A How-To Guide »).

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : environ 25 $.

Disponibilité : En ligne.

http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm

Copie papier, Centre de ressources Heather Crowe : http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Le guide est conçu pour aider les bureaux de santé et autres organismes du Canada à mettre au point un moyen dirigé par des jeunes et guidé par des adultes de prévention de l'usage du tabac et de sensibilisation à la question du tabagisme. Le guide a pour but de vous aider à augmenter vos connaissances sur le tabac et accroître la participation des jeunes.

Titre : Le traitement de la dépendance au tabac : Guide pratique

Auteur(e)(s) : Yves Martinet, Abraham Bohadana, Anna Spinosa, et Nathalie Wirth

Date de publication : Mai 2002

Format : Livre

ISBN : 9782294701665

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 30 $.

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Interventions avec consultation minimale pour le renoncement au tabac

Auteur(e)(s) : Beth Payne pour le Centre de Formation et de Consultation (CFC)

Date de publication : Mars 1999

Format : « InfoDossier » / Document PDF, 20 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Minimal Contact Interventions for Smoking Cessation »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Version PDF gratuite. Copie papier environ 5 $.

Disponibilité : En ligne. http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm.

Copie papier, Centre de ressources Heather Crowe :

http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Les interventions avec contact minimal (par exemple concours d'abandon tabagique, conseils / consultations des fournisseurs de soins de santé, thérapies de substitution de la nicotine, programmes informatiques personnalisés) sont décrites et évaluées positivement en fonction de leur efficacité.

Titre : Test Fagerström de dépendance à la nicotine

Auteur(e)(s) : Karl Fagerström

Date de publication : 1991

Format : Page Web / Document PDF, 2 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (Fagerstrom Test for Nicotine Dependence)

Pays / région d'origine : Suède

Coût : Gratuit.

Commentaires : Ce test évalue la dépendance à la nicotine.

Disponibilité : En ligne, en format PDF; http://ww2.fmcoeur.ca/downloaddocs/pdf/fr_fagerstrom.pdf, ou test en ligne, http://www.fundp.ac.be/institution/admcen/sippt/tabagisme/test2_dependance.html.

Titre : Protocole de consultation téléphonique pour le renoncement au tabagisme chez les femmes enceintes et les nouvelles mères

Auteur(e)(s) : Lorraine Greaves, Tammy Horne, Nancy Poole, Natasha Jategaonkar et Lucy McCullough, avec l'appui du British Columbia Centre of Excellence for Women's Health. Le projet a été financé par Santé Canada.

Date de publication : Janvier 2005

Format : Document PDF, 33 pages

ISBN : Aucun

Public cible : Femmes enceintes et nouvelles mères

Langue d'origine : Anglais (« Quit Smoking Telephone Counselling Protocol for Pregnant and Postpartum Women »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne,

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/protocol/index_f.html.

Commentaires : Le protocole est conçu pour aider les conseillers des lignes téléphoniques pour le renoncement au tabac à rejoindre les femmes enceintes et les nouvelles mères qui fument.

Titre : Professionnels de santé : Outils pour votre pratique

Auteur(e)(s) : Tabac Info Service

Date de publication : 2008

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.tabac-info-service.fr/?q=article/52

Commentaires : Offre des guides, brochures, questionnaires, fiches, etc.

Titre: Le concours pour arrêter de fumer favorise la désaccoutumance au tabac

Auteur(e)(s) : Abhinay Agarwal, Association suisse pour la prévention du tabagisme

Date de publication : 2011

Format : Document en ligne, 1 page

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

www.saez.ch/pdf_f/2011/2011-13/2011-13-211.pdf

Commentaires : Bref article dans le Bulletin de médécins suisses qui parle d'une nouvelle étude, ainsi qu'un concours anti-tabagique en Suisse. L'auteur souligne une nouvelle étude de recherche de l'Université d'Australie-Occidentale qui a analysé l'effet du tabagisme sur les capacités cognitives de 332 personnes d'un âge mûr. Après vingt-quatre mois sans fumer, leurs fonctions cognitives étaient à nouveau identiques à celles des jamais-fumeurs (Osvaldo P. Almeida et al. 24-Month effect of smoking cessation on cognitive function and brain structure in later life).

Titre : Les familles de marques canadiennes de cigarettes et leurs propriétaires

Auteur(e)(s) : Rob Cunningham, Société canadienne du cancer

Date de publication : 1997

Format : Document en ligne, 93 pages

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

www.globalink.org/tobacco/docs/na-docs/smokeandmirrors/TABAC8.pdf

Commentaires : Tiré du livre La guerre du tabac, ce document détaille un rappel chronologique de l'industrie du tabac au Canada et liste plusieurs organismes internationaux pertinents.

Titre : **Vous voulez vous libérer du tabac? (Parlez-en avec un membre de notre équipe dentaire)**

Auteur(e)(s) : Institut national de santé publique de Québec
Date de publication : Inconnu
Format : Document en ligne, 32 pages
Public cible : Dentistes, grand public
Langue d'origine : Français
Pays / région d'origine : Québec
Coût : Gratuit
Disponibilité : En ligne.
http://www.inspq.qc.ca/publications/tabac/Anti_TabacOHDQ_ODQ-08-F.pdf

Commentaires : Cible la santé bucco-dentaire et cite plusieurs effets du tabagisme de la perspective d'un(e) dentiste. Liste aussi les effets du tabac sur l'environnement, les symptômes de sevrage, les médicaments possibles, et d'autres ressources au support de ceux et celles qui aimeraient arrêter de fumer.

Titre : **Autopsie d'une meurtrière**

Auteur(e)(s) : Institut national de santé publique de Québec
Date de publication : Inconnu
Format : Affiche, 1 page
Public cible : Inhalothérapeutes, grand public
Langue d'origine : Français
Pays / région d'origine : Québec
Coût : Gratuit
Disponibilité : En ligne.
http://www.inspq.qc.ca/publications/tabac/OPIQ_Outil-07.pdf

Commentaires : Outil d'aide à la pratique d'un(e) inhalothérapeute qui désire intervenir auprès de ses patients. Une affiche qui démontre la dissection d'une cigarette.

Titre : **Intervention en abandon du tabagisme**

Auteur(e)(s) : Institut national de santé publique de Québec
Date de publication : 2008
Format : Affiche, 1 page
Public cible : Grand public
Langue d'origine : Français
Pays / région d'origine : Québec
Coût : Gratuit
Disponibilité : En ligne.
http://www.inspq.qc.ca/publications/tabac/OIIQ_PRN-10.pdf

Commentaires: Outil d'évaluation auprès des clients en forme d'algorithme qui inclus des points de discussion.

4.0 RESSOURCES POUR LES FUMEURS ET AUTRES USAGERS DU TABAC

4.1 Guides de renoncement au tabac

4.1.1 Sites Web

Titre : **Cessation tabagique : Votre guide pour cesser de fumer**

Auteur(e)(s) : L'Association pulmonaire du Québec

Date de publication : Février 2007

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.
http://www.pq.poumon.ca/services/poumon-9/tobacco-tabac/quit-cesser.php

Commentaires : Offre de l'information sur la dépendance tabagique, les symptômes de sevrage, les médicaments pouvant aider l'arrêt tabagique, un plan et des conseils pour cesser de fumer.

Titre : **Comment arrêter de fumer ?**

Auteur(e)(s) : Association suisse pour la prévention du tabagisme (AT)

Date de publication : 2005

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Allemand

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.
http://www.at-suisse.ch/cms/index.php?id=220&L=2

Commentaires : Information sur l'aide au sevrage, des conseils pour cesser de fumer, des tests de dépendance, des fiches d'auto-contrôle, et des conseils pour éviter la prise de poids.

Titre : « J'arrête » : Une méthode interactive pour arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Conseil québécois sur le tabac et la santé (CQTS)

Date de publication : 2008

Format : Site Web

ISBN : Aucun

Public cible : Deux versions : une pour adultes (grand public) et une pour adolescents et jeunes adultes

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.jarrete.qc.ca/

Commentaires : Ce site explique comment arrêter de fumer en proposant des méthodes éprouvées. Il y a une version pour adolescents et une pour adultes de cette méthode interactive qui propose également des trucs pour arrêter de fumer sans grossir, un forum d'entraide, un Chat et d'autres outils pour soutenir la motivation à cesser de fumer.

Titre : Cinq étapes pour que la prochaine fois soit la bonne...

Auteur(e)(s) : Conseil québécois sur le tabac et la santé (CQTS)

Date de publication : 2008

Format : Site Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.cqts.qc.ca/cinq_etapes.html

Commentaires : Offre un plan de cessation en cinq étapes.

Titre : J'arrête de fumer

Auteur(e)(s) : Doctissimo.fr

Date de publication : 2008 ?

Format : Site Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/tabac/niv2/comment-arreter-de-fumer.htm

Commentaires : Ce site offre des plans d'arrêt, de l'information sur la dépendance, le sevrage, les traitements pharmacologiques, les thérapies comportementales et plus.

Titre : Cesser de fumer

Auteur(e)(s) : Fondation des maladies du cœur du Canada

Date de publication : Janvier 2008

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://ww2.fmcoeur.ca/Page.asp?PageID=907&ArticleID=789&Src=living&From=SubCategory

Commentaires : Offre des conseils sur l'arrêt tabagique et la réduction des symptômes de sevrage.

Titre : Aide pour cesser de fumer

Auteur(e)(s) : Info-Tabac

Date de publication : Septembre 2007

Format : Site Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.info-tabac.ca/aide.htm

Commentaires : Ce site est un portail qui donne des liens menant à des ressources sur Internet, par téléphone, et de la documentation.

Titre : Défi J'arrête, j'y gagne !

Auteur(e)(s) : Institut de cardiologie de Montréal, en partenariat avec le Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec

Date de publication : Janvier 2008

Format : Site Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.defitabac.qc.ca/defi/fr/index.html

Commentaires : Ce site lance un défi aux fumeurs. Les personnes qui s'y inscrivent s'engagent à ne pas fumer pendant six semaines avec l'aide d'un parrain ou d'une marraine non-fumeur ou en duo avec un autre fumeur qui désire arrêter de fumer. Des prix sont attribués par tirage au sort parmi les participants. Le site offre aussi des outils et des ressources.

Titre : Comment faire pour arrêter de fumer ?

Auteur(e)(s) : Réseau canadien de la santé (Agence de la santé publique du Canada). Rédigé par le Centre de recherche en toxicomanie de la Colombie-Britannique (CAR BC).

Date de publication : Mai 2006

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Offre un guide pour cesser de fumer en cinq étapes et donne des liens menant à des ressources additionnelles.

http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1001911&pagename=CHN-RCS%2FCHNResource%2FFAQCHNResourceTemplate&lang=Fr&c=CHNResource

Titre : Songez-vous à cesser de fumer ? Voici de bons conseils pour abandonner la cigarette... une fois pour toutes

Auteur(e)(s) : Réseau canadien de la santé (Agence de la santé publique du Canada). Rédigé par le Centre de recherche en toxicomanie de la Colombie-Britannique (CAR BC).

Date de publication : Juin 2005

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Comprend quatre sections : « Pourquoi est-ce si difficile de cesser de fumer ? », « Pourquoi devrais-je cesser de fumer ? », « Stratégies pour apprendre à vivre sans tabac », et « Les rechutes. »

http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1103466944120&pagename=CHN-RCS%2FCHNResource%2FCHNResourcePageTemplate&c=CHNResource

Titre : Sortie de secours : Les femmes handicapées et le tabac

Auteur(e)(s) : Monika Chappell, pour Santé Canada

Date de publication : 1997

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Femmes handicapées

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Ce manuel a été écrit par des femmes handicapées à l'intention des femmes handicapées qui fument dans l'espoir de leur aider à comprendre pourquoi elles fument et leur donner suffisamment d'information pour leur permettre de faire un choix.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/awayout-sortie/index_f.html

Titre : **Aides à l'arrêt**

Auteur(e)(s) : Stop-tabac, avec la participation de l'Institut de médicine sociale et préventive de l'Université de Genève.

Date de publication : Décembre 2007

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.stop-tabac.ch/fr/aides/aides-a-l-arret.html

Commentaires : Offre un large éventail d'aides, de ressources et de méthodes pour arrêter de fumer.

Titre : **Stop-tabac.ch – Aides et conseils pour arrêter de fumer**

Auteur(e)(s) : Institut de médecine sociale et préventive

Date de publication : 2012

Format : Site web

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.stop-tabac.ch/fra/

4.1.2 Documents en ligne

Titre : **Le tabagisme : Pour vous aider à cesser de fumer**

Auteur(e)(s) : Collège des médecins de famille du Canada

Date de publication : 2003

Format : Page web et pamphlet en format PDF

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : Visionner ou commander en ligne.

http://www.cfpc.ca/French/cfpc/programs/patient%20education/smoking/default.asp?s=1

Commentaires : Donne des raisons de cesser de fumer et des conseils pour la préparation, la cessation, le sevrage, les traitements et la rechute.

Titre : Se libérer du tabagisme

Auteur(e)(s) : Meryl Hammond pour la Commission de santé et des services sociaux des Premières nations du Québec et du Labrador (CSSSPNQL).

Date de publication : Avril 2005

Format : Document PDF, 108 pages.

ISBN : 2-922764-21-4

Public cible : Premières nations (du Québec et du Labrador)

Langue d'origine : Anglais (Healing from Smoking).

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.cssspnql.com/cssspnql/ui/health/HealthTobacco.jsp?section=link_sante

Commentaires : Conçu par et pour les Premières nations du Québec et du Labrador, ce document offre un guide de cessation en six étapes.

Titre : Arrêtez ! La force est en vous

Auteur(e)(s) : Ministère de la Promotion de la santé de l'Ontario

Date de publication : Mars 2007

Format : Document PDF, 5 pages.

ISBN : 0-662-78545-2

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.mhp.gov.on.ca/french/health/smoke_free/quit.asp

Commentaires : Donne des conseils et des outils pour faciliter le renoncement au tabac et les symptômes de sevrage ; expose des mythes liés au tabac et à la cessation.

Titre : Sur la voie de la réussite : Guide pour devenir un non-fumeur

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : 2007

Format : Document PDF, 40 pages.

ISBN : 978-0-662-73879-4

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« On the Road to Quitting - Guide to Becoming a Non-Smoker »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/orq-svr/index_f.html

Commentaires : Cette ressource se veut un guide à la préparation et à l'action pour réussir à cesser de fumer.

Titre : **Vie100Fumer**

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : 2005

Format : Document PDF, 64 pages.

ISBN : 0-662-78545-2

Public cible : Adolescents et jeunes adultes

Langue d'origine : Anglais (« Quit4Life – You're Only 4 Steps Away From Quitting Smoking »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Ce programme conçu pour les jeunes comporte quatre étapes: 1) Prépare-toi mentalement ; 2) Fais marcher tes méninges ; 3) Cherche du soutien ; 4) Prends-toi en main.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/quit-cesser-book-livre/index_f.html

---

Titre : **Une étape à la fois : Pour les personnes qui veulent cesser de fumer**

Auteur(e)(s) : Société canadienne du cancer.

Date de publication : 2007

Format : Brochure / Document PDF, 90 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« One step at a time: For smokers who want to quit »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Cette brochure a pour but de soutenir les fumeurs qui ont décidé de renoncer au tabac. Elle contient des outils qui permettent aux fumeurs de mieux comprendre leur habitude et de pouvoir ainsi élaborer des plans et prendre des moyens adaptés à leurs besoins particuliers. Elle leur fournit des conseils sensés pour surmonter les difficultés pendant leur processus d'abandon du tabagisme.

http://www.cancer.ca/ccs/internet/publicationlist/0,3795,3172_247810655__langId-fr,00.html.
Copie papier, 1 888 939-3333

Titre : **Une étape à la fois : Pour les personnes qui ne veulent pas cesser de fumer**

Auteur(e)(s) : Société canadienne du cancer.

Date de publication : 2007

Format : Brochure / Document PDF, 32 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« One step at a time: For smokers who don't want to quit »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Cette brochure offre du soutien aux fumeurs sans tenter de les convaincre de fumer ou de les juger, pour leur permettre de mieux comprendre leur situation afin de pouvoir faire des choix éclairés.

http://www.cancer.ca/ccs/internet/publicationlist/0,3795,3172_247810655__langId-fr,00.html.
Copie papier, 1 888 939-3333

Titre : C'est décidé, j'arrête de fumer

Auteur(e)(s) : Jean-François Etter pour Stop-Tabac

Date de publication : 2007

Format : Brochure / Document PDF, 20 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français.

Pays / région d'origine : Suisse

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.stoptabac.ch/fr/documentation.html

Commentaires : S'adresse aux fumeurs qui sont prêts à tenter d'arrêter de fumer. Ce site comprend une foule de documentation destinées aux fumeurs, qu'ils soient prêts à arrêter ou non.

Titre : J'arrête de fumer : Des méthodes pour y parvenir

Auteur(e)(s) : Tabac Info Service

Date de publication : 2004 ?

Format : Document PDF, 30 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.

http://www.tabac-info-service.fr/?q=libre/74

Commentaires : Comprend quatre sections : « Suis-je prêt ? », « Comment me préparer ? », « Le jour J », et « Et après ? »

4.1.3 Textes imprimés

Titre : Votre guide vers un avenir sans tabac

Auteur(e)(s) : Association médicale de l'Ontario / Association des pharmaciens de l'Ontario

Date de publication : ?

Format : Brochure

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Your Guide to a Smoke Free Future »)

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : Gratuit

Disponibilité : Commander en ligne.

http://www.omacti.org/materials/materials.html

Titre : Un plan personnalisé d'abandon du tabagisme

Auteur(e)(s) : Association médicale de l'Ontario / Association des pharmaciens de l'Ontario

Date de publication : ?

Format : Brochure

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Quit Plan Pad – Practitioner / Patient Resource »)

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : Gratuit

Disponibilité : Commander en ligne.

http://www.omacti.org/materials/materials.html

Titre : Guide pour cesser de fumer

Auteur(e)(s) : L'Association pulmonaire du Québec

Date de publication : ?

Format : Comprend un guide, un calendrier et un contrat.

ISBN : ?

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Guide to Smoking Cessation »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit à l'unité, 50 $ pour 25.

Disponibilité : En ligne.

http://www.pq.poumon.ca/catalog-catalogue/catalogue.php?path=tabac

Titre : Oubliez le tabac ! La méthode révolutionnaire pour arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Jean-Marc Benhaïem

Date de publication : 2005

Format : Livre, 245 pages

ISBN : 978-2226157546

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 20 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : En finir avec la cigarette

Auteur(e)(s) : Otmar Carewicz & Daniel Boris Carewicz

Date de publication : 2005

Format : Livre, 126 pages

ISBN : 978-2711417629

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Allemand

Pays / région d'origine : Allemagne

Coût : environ 20 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : La méthode simple pour en finir avec la cigarette

Auteur(e)(s) : Allen Carr

Date de publication : 2003

Format : Livre, 204 pages

ISBN : 978-2266131513

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (The Easy Way to Stop Smoking).

Pays / région d'origine : États-Unis

Coût : environ 15 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : La méthode simple pour les femmes qui veulent arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Allen Carr

Date de publication : 2004

Format : Livre, 268 pages

ISBN : 978-2266142434

Public cible : Femmes

Langue d'origine : Anglais (The Easy Way for Women to Stop Smoking).

Pays / région d'origine : États-Unis

Coût : environ 15 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Êtes-vous prêt à vivre votre fierté sans fumer ?

Auteur(e)(s) : Anne Meloche pour le Centre de Formation et de Consultation (CFC)

Date de publication : 2004

Format : Brochure

ISBN : Aucun

Public cible : Communauté GLBT

Langue d'origine : Bilingue

Pays / région d'origine : Canada

Coût : environ 5 $.

Disponibilité : Centre de ressources Heather Crowe : http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Cette brochure demande aux fumeurs et fumeuses homosexuels, bisexuels et transgenres de déterminer l'étape de changement à laquelle ils appartiennent. Une série de questions situationnelles sont posées afin de déterminer leur degré d'assurance à résister la tentation de fumer. En outres, on y offre des conseils sur la meilleure façon de résister à ces tentations.

Titre : Ne plus fumer

Auteur(e)(s) : Isabelle Clauzel

Date de publication : 2005

Format : Livre, 160 pages

ISBN : 978-2725624310

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 25 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Arrêt : Guides de planification

Auteur(e)(s) : Commit to a Healthier Brant

Date de publication : 1996

Format : Série de 12 guides.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (Planning Guides for Smoking Cessation)

Pays / région d'origine : Canada (Ontario)

Coût : environ $10.

Disponibilité : Centre de ressources Heather Crowe : http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Les guides de planification ont été spécialement conçus en fonction des « étapes de changement » et en réponse à la demande de groupes de clients qui désiraient obtenir davantage de renseignements, dans un format simplifié. Qu'elles soient utilisées comme ressources « d'auto-assistance », pour des séances de consultation individuelles ou en groupes, les douze brochures sont conçues afin de permettre une intervention continue avec les clients à différents stades du processus d'abandon.

Titre : Le petit livre pour arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Bertrand Dautzenberg

Date de publication : Avril 2007

Format : Livre, 160 pages

ISBN : 978-2754003483

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 5 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Comment s'arrêter de fumer pour les nuls

Auteur(e)(s) : Bertrand Dautzenberg & David Brizer

Date de publication : 2004

Format : Livre, 334 pages

ISBN : 978-2876918689

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (Quitting Smoking for Dummies).

Pays / région d'origine : Etats-Unis (Brizer), France (Dautzenberg)

Coût : environ 35 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Tout ce que vous ne savez pas sur la chicha

Auteur(e)(s) : Bertrand Dautzenberg & Jean-Yves Nau

Date de publication : 2007

Format : Livre, 160 pages

ISBN : 9782914206297

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 20 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Commentaires : Ce livre a pour objectif d'informer au mieux les jeunes fumeurs de narguilé et leurs parents, mais aussi les pouvoirs publics et les professionnels de santé sur les risques sanitaires liés à la consommation de chicha.

Titre : J'arrête de fumer

Auteur(e)(s) : Maurice Julien

Date de publication : 2002

Format : Livre, 96 pages

ISBN : 978-2842703486

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 15 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Arrêter de fumer ?

Auteur(e)(s) : Gilbert Lagrue

Date de publication : 2006

Format : Livre, 284 pages

ISBN : 978-2738118189

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 35 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Comment arrêter de fumer ?

Auteur(e)(s) : Gilbert Lagrue, Henri-Jean Aubin, Patrick Dupont

Date de publication : 2004

Format : Livre, 188 pages

ISBN : 978-2738114815

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 15 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Le tabac en 200 questions

Auteur(e)(s) : Béatrice Le Maître

Date de publication : 2003

Format : Livre

ISBN : 9782732812335

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 25 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Sevrage tabagique - Des clés indispensables pour les praticiens

Auteur(e)(s) : Béatrice Le Maître, Sylviane Ratte, Anne Stoebner-Delbarre

Date de publication : 2005

Format : Livre, 176 pages

ISBN : 9782704011872

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 50 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Réponses à vos questions pour arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Hervé Robert

Date de publication : 2004

Format : Livre, 216 pages

ISBN : 978-2263034626

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 25 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : La cigarette : c'est décidé, j'arrête

Auteur(e)(s) : Anne-Marie Thomazeau

Date de publication : 2005

Format : Livre, 107 pages

ISBN : 978-2732432335

Public cible : Adolescents et jeunes adultes

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : France

Coût : environ 20 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

4.2 Programmes de cessation

Titre : Mettre sur pieds un groupe de renoncement au tabac

Auteur(e)(s) : Julie Joza et Mona Wynn pour le Centre de Formation et de Consultation (CFC)

Date de publication : Mars 2001

Format : « InfoDossier » / Document PDF, 20 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Starting a Smoking Cessation Group »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne.
http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm.

Copie papier, Centre de ressources Heather Crowe :

http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Fournit des renseignements pratiques pour lancer un programme de renoncement au tabagisme dans la collectivité. Le document contient des lignes directrices pour mettre sur pied un tel groupe, la description des types de groupes de renoncement au tabagisme, une discussion du rôle de l'animateur, et de l'information sur les programmes et les ressources disponibles.

Titre : Un programme de cessation de fumer pour la communauté GLBT

Auteur(e)(s) : Anne Meloche pour le Centre de Formation et de Consultation (CFC)

Date de publication : 2007

Format : Guide de l'animateur : document PDF, 57 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Communauté GLBT

Langue d'origine : Bilingue

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Guide de l'animateur : version PDF gratuite. Curriculum et ressources : environ 60 $.

Disponibilité : Guide de l'animateur en ligne. http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm.

Copie papier, Centre de ressources Heather Crowe :

http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Contient le curriculum et les ressources pour faciliter un programme intitulé « Êtes-vous prêt à vivre votre fierté sans fumer ? » – conçu spécialement pour la communauté gaie, lesbienne, bisexuelle et transgenre. Du matériel supplémentaire, à distribuer, est inclus sur un cédérom. Le programme comprend, de plus, les sections intitulées: « La Base » ; « Enjeux spécifiques pour les hommes homosexuels et bisexuels » ; « Enjeux spécifiques pour les lesbiennes et femmes bisexuelles » ; « Enjeux spécifiques pour les personnes vivant avec le VIH sida ».

Titre : Arrêter de fumer pendant la grossesse

Auteur(e)(s) : Mona Wynn pour le Centre de Formation et de Consultation (CFC)

Date de publication : Mars 2001

Format : Brochure / Document PDF, 34 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Femmes enceintes

Langue d'origine : Anglais (« Smoking Cessation in Pregnancy »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Version PDF gratuite. Copie papier environ 20 $.

Disponibilité : En ligne. http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm.
Copie papier, Centre de ressources Heather Crowe :

http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Cette ressource donne des lignes directrices pour l'élaboration d'un plan d'action adapté aux collectivités visant l'abandon tabagique pendant la grossesse.

Titre : Les femmes et le tabagisme

Auteur(e)(s) : Mona Wynn pour le Centre de Formation et de Consultation (CFC)

Date de publication : Février 1997

Format : « InfoDossier » / Document PDF, 38 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Femmes

Langue d'origine : Anglais (« Women and Tobacco »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit.

Disponibilité : En ligne. http://www.ptcc-cfc.on.ca/rds/rds.cfm.
Copie papier, Centre de ressources Heather Crowe :

http://www.cctc.ca/cctc/EN/hcrc

Commentaires : Les auteurs cernent sept enjeux dont les planificateurs doivent tenir compte lorsqu'ils élaborent des programmes pour les femmes.

Titre : **Programmes de renoncement au tabagisme en Ontario**

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : Janvier 2008

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« Inventory of Canadian Tobacco Cessation Programs and Resources – Ontario »)

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/tobac-tabac/quit-cesser/info/on_f.html

Commentaires : Ce lien mène à un site qui se veut un inventaire de programmes de renoncement au tabagisme en Ontario – programmes individuels, de groupe, et de counseling.

Titre : **Téléassistance pour fumeurs**

Auteur(e)(s): Société canadienne du cancer, Ontario sans fumée

Format: Soutien téléphonique, programme en ligne, messagerie texte

Public cible: Ceux et celles qui veulent arrêter de fumer

Langue d'origine: Français

Pays/région d'origine: Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité: Téléphone, en ligne et messagerie.
1 877 513-5333

http://teleassistancepourfumeurs.ca/

5.0 GUIDES POUR LES INDIVIDUS QUI VEULENT AIDER QUELQU'UN À RENONCER AU TABAC

Titre : Cessation tabagique : Aider quelqu'un à cesser de fumer

Date de publication : Février 2007

Format : Page Web

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada (Québec)

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.
http://www.pq.poumon.ca/services/poumon-9/tobacco-tabac/help-aider.php

Commentaires : Donne une série de conseils pour aider les fumeurs à arrêter.

Titre : La méthode simple pour aider vos enfants à arrêter de fumer

Auteur(e)(s) : Allen Carr

Date de publication : 2006

Format : Livre, 206 pages

ISBN : 978-2266142441

Public cible : Adolescents et jeunes adultes

Langue d'origine : Anglais (The Easy Way to Help Your Children Stop Smoking).

Pays / région d'origine : États-Unis

Coût : environ 15 $

Disponibilité : Librairies, bibliothèques, etc.

Titre : Renoncement au tabac en milieu de travail : Un guide pour aider vos employés à cesser de fumer

Auteur(e)(s) : Santé Canada

Date de publication : 2007

Format : Document PDF, 47 pages

ISBN : 978-0-662-73147-4

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Français

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Ce guide s'adresse aux employeurs et aux autres personnes qui favorisent la santé en milieu de travail. Il précise les raisons pour lesquelles les milieux de travail devraient participer aux efforts des employés et les aider à réduire leur consommation de tabac ou à cesser de fumer. Il offre également de la documentation pratique et pertinente sur l'abandon du tabac pouvant être utilisée soit dans le cadre d'un programme de mieux-être global, soit en tant qu'initiative distincte. De plus, il comprend des explications sur les types d'activités d'abandon possibles, il expose les étapes nécessaires et offre de la documentation, des outils ainsi qu'une liste de ressources et de références bibliographiques supplémentaires.

http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/tobac-tabac/cessation-renoncement/index_f.html

Titre : Une étape à la fois : Aider une personne à cesser de fumer

Auteur(e)(s) : Société canadienne du cancer.

Date de publication : 2007

Format : Brochure / Document PDF, 16 pages.

ISBN : Aucun

Public cible : Grand public

Langue d'origine : Anglais (« One step at a time: If you want to help a smoker quit »).

Pays / région d'origine : Canada

Coût : Gratuit

Disponibilité : En ligne.

Commentaires : Cette brochure est conçue pour les personnes qui veulent aider un ami ou un membre de la famille à cesser de fumer. Elle leur explique ce qu'il faut faire et ne pas faire pour aider un fumeur à renoncer au tabac.

http://www.cancer.ca/ccs/internet/publicationlist/0,3795,3172_247810655__langId-fr,00.html.

Copie papier, 1 888 939-3333

6.0 INDEX : PUBLIC CIBLE

Pour obtenir un exemplaire de ce livret, veuillez vous adresser à l'équipe TEACH :

Tél. : 416 535-8501, poste 1600

Courriel : teach@camh.net

Pour de plus amples renseignements sur des questions de toxicomanie et de santé mentale, veuillez vous adresser au Centre de renseignements R. Samuel McLaughlin de CAMH :

Sans frais en Ontario : 1 800 463-6273

À Toronto : 416 595-6111

Pour faire un don, veuillez vous adresser à la Fondation de CAMH :

Tél. : 416 979-6909

Courriel : foundation@camh.net

Si vous avez des questions à poser ou des préoccupations ou des éloges à formuler au sujet des services offerts par CAMH, adressez-vous au Service des relations avec les clients :

416 535-8501, poste 2028

Site Web : www.camh.net

3829 /05-2008